

**Аннотация
к рабочей программе
по физической культуре
для 11 класса
на 2024 - 2025 учебный год**

Рабочая программа по физической культуре для 11 класса составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, Федеральной основной образовательной программой среднего общего образования, Основной образовательной программой среднего общего образования МБОУ «Лицей № 1 им. академика Б.Н. Петрова» города Смоленска, составленной в 2024 году, на основе Федеральной рабочей программы по учебному предмету «Физическая культура» для 11 класса.

Данная рабочая программа предусматривает изучение предмета в объеме 68 часов в год, реализуется на основе гендерного подхода, т.е. обучение девочек и мальчиков осуществляется отдельно. Третий час физической культуры федеральной рабочей программы по предмету реализуется за счет внеурочной деятельности и предусматривает освоение программы по модулю «Спортивный туризм».

При реализации программы используется учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура 1-11 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений»

Предметом обучения по физической культуре в 11 классе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью.

Целью школьного курса физической культуры для 11 класса является формирование понимания ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Физическая культура направлена на решение следующих **задач**:

- содействие гармоническому развитию личности, выработку умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления здоровья, противостояния стрессам.
- расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;
- дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировки, значении занятий физической культуры для будущей трудовой деятельности;
- закрепление потребности к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей, содействию развития психических процессов и обучению психической саморегуляции.